Niveau(x) d'enseignement: 4 Numéro EDUQ : 8270938
Centre d'intérêt: 240

Belliveau, Rosella.

Enquête sur les habitudes alimentaires des étudiants de niveau secondaire du territoire du D.S.C. de Rimouski / Rosella Belliveau. -- Rimouski : Département de santé communautaire de Rimouski, 1980.
ii, 30 f. ; 28 cm.

En tête du titre: Document de travail.

Cote Dewey: 373.1716'09714/B444e Cote LC: LB/3479/.C38

Descripteur(s): *Alimentation *Cafétéria *Secondaire (Niveau)

Identificateur(s) de sujet: *Habitudes alimentaires

Présentation des résultats d'une enquête sur les habitudes alimentaires au secondaire sur le territoire du Département de santé communautaire de Rimouski. Parmi les points abordés, mentionnons: 1. la fréquence et la composition des repas ou collations; 2. la fréquence de consommation des groupes d'aliments; 3. le degré de satisfaction à l'égard des services de la cafétéria. Les données sont comparées à celles d'une étude analogue effectuée en 1976-1977.

L'enquête a eu lieu en avril 1980 auprès d'un échantillon de 10% des étudiants de secondaire III des secteurs de Rimouski, Mont-Joli, Matane, Ste-Anne-des-Monts, Amqui et Matapédia. Les 231 étudiants de l'échantillon devaient remplir un questionnaire portant sur leurs habitudes alimentaires.

Depuis 1976, l'habitude de prendre un déjeuner s'est de beaucoup améliorée (de 46% à 82%) et 38% des étudiants prennent désormais un déjeuner complet (23% en 1976). Enfin, 87% des étudiants se disent non-satisfaits des services de la cafétéria quant aux prix, portions et qualités. Des recommandations sont formulées.

Type de document: r
Région(s) administrative(s): 01
Auteur de l'analyse: ar

EDUQ 8270938

DOCUMENT DE TRAVAIL

ENQUETE SUR LES HABITUDES ALIMENTAIRES DES ETUDIANTS DE NIVEAU SECONDAIRE DU TERRITOIRE DU D.S.C. DE RIMOUSKI

ROSELLA BELLIVEAU
DIETETISTE/NUTRITIONNISTE
D.S.C. RIMOUSKI

SEPTEMBRE 1980

TABLE DES MATIERES

page

LISTE DES TABLEAUX i

AVANT-PROPOS ii

INTRODUCTION

VARIABLE A L'ETUDE 1

ECHANTILLON 1

METHODE D'ENQUETE 3

FREQUENCE ET COMPOSITION DES REPAS 3

1. Fréquence des repas 3
2. Fréquence du déjeuner et sexe 5
3. Types de déjeuner/secteurs 6
4. Lieu du diner/secteurs 9
5. Types de diner/secteurs 11
6. Types de collations a.m. et p.m./secteurs 14
7. Types de collations en rapport avec le déjeuner et le diner 16

LES GROUPES D'ALIMENTS 19

1. Lait 19
2. Fruits et légumes 22
3. Foie 26

SATISFACTION ET NON-SATISFACTION DES SERVICES DE LA CAFETERIA ... 28

1. Utilisent et n'utilisent pas la cafétéria/secteurs 28
2. N'utilisent pas la cafétéria/secteurs 31

PARTICULARITES DES HABITUDES ALIMENTAIRES SELON LES SECTEURS 32

SYNTHESE DE L'ANALYSE DES RESULTATS 34

RECOMMANDATIONS 36

LISTE DES TABLEAUX

		page
TABLEAU 1	Composition de l'échantillon	2
TABLEAU 11	Fréquence du déjeuner/secteurs	4
TABLEAU 111	Fréquence du déjeuner et sexe	4
TABLEAU 1V	Types de déjeuner/secteurs	8
TABLEAU V	Distributions des types de déjeuner	8
TABLEAU V1	Lieu du diner/secteurs	10
TABLEAU V11	Types de diner/secteurs	12
TABLEAU V111	Pourcentage d'étudiants qui consomment des repas complets, incomplets	12
TABLEAU 1X	Types de collations a.m. et p.m./secteurs	15
TABLEAU X	Types de collations a.m. en rapport avec le déjeuner	18
TABLEAU X1	Types de collations p.m. en rapport avec le diner	18
TABLEAU X11	Lait - Quantité consommée/secteurs	21
TABLEAU X111	Fruits - Quantité consommée/secteurs	23
TABLEAU X1V	Légumes - Quantité consommée/secteurs	25
TABLEAU XV	Foie - Quantité consommée/secteurs	27
TABLEAU XV1	Etudiants utilisant et n'utilisant pas les services de la cafétéria car non satisfaits du prix, des portions ou de la qualité/secteurs	29
TABLEAU XV11	Etudiants n'utilisant pas les services de la cafétéria car non satisfaits du prix, des portions ou de la qualité/secteurs	29

AVANT-PROPOS

Nous remerçions sincèrement les commissions scolaires et chacune des infirmières du secteur scolaire du Département de santé communautaire de Rimouski pour leur collaboration ainsi que tous les étudiants qui ont participé à l'enquête.

Rosella Belliveau
Diététiste/nutritionniste
Département de santé communautaire
Rimouski

INTRODUCTION

En avril 1980, le Département de santé communautaire de Rimouski entreprit de faire une deuxième enquête sur les habitudes alimentaires des étudiants de niveau secondaire de son territoire.

Cette seconde étude fait suite à la première effectuée en 1976-77 où il s'agissait de comparer les habitudes alimentaires en 1976-77 et en 1979-80 en vue de vérifier l'évolution de ces habitudes; également, de déterminer dans quelle mesure les services de la cafétéria à l'école pourront participer à l'amélioration des habitudes alimentaires.

L'étude fait ressortir par secteurs les différences entre eux et aussi permet de vérifier l'évolution de la situation dans le but d'élaborer des méthodes d'approche favorables à l'adoption d'un comportement alimentaire plus sain.

Nous présentons ci-après les principaux résultats de cette enquête.

VARIABLES A L'ETUDE:

Deux variables indépendantes ont été retenues pour fins d'analyse, tel que le sexe et le secteur de résidence. Le territoire a été divisé en six (6) secteurs soient: Rimouski, Mont-Joli, Matane, Ste-Anne-des-Monts, Amqui et Matapédia. Ceux-ci correspondent aux divisions de C.L.S.C. établies par le ministère des Affaires sociales.

Cette seconde étude a été faite afin de vérifier les habitudes alimentaires des adolescents et de connaitre l'utilisation et la satisfaction des services de la cafétéria scolaire.

ECHANTILLON:

L'enquête a été effectuée auprès d'un échantillon de deux cents trente et un (231) étudiants de secondaire III dont 121 filles et 108 garçons. La composition de l'échantillon a été faite à partir de la liste d'élèves de chacune des écoles de secondaire III. L'échantillon constituait 10% de cette population.

Le tableau qui suit présente la composition de cet échantillon.

TABLEAU 1

COMPOSITION DE L'ECHANTILLON

SECTEURS	FILLES	GARCONS	TOTAL
RIMOUSKI	29	17	46
MONT-JOLI	19	20	39
MATANE	17	22	39
STE-ANNE-DES-MONTS	15	15	30
AMQUI	24	13	37
MATAPEDIA	17	21	38
TOTAL	121	108	229

- valeurs manquantes (sexe non spécifié) 2
- 52% de l'échantillon sont de sexe féminin et 47% de sexe masculin

METHODE D'ENQUETE:

Un questionnaire a été remis à chacun des étudiants par l'infirmière de chacune des écoles. Ce questionnaire comprenait douze (12) questions portant sur les différents groupes d'aliments recommandés par le Guide Alimentaire Canadien ainsi que sur la fréquence et la composition des repas. Les étudiants ont rempli le questionnaire sur une période d'une journée. Toutes les données recueillies ont été traitées par ordinateur.

ANALYSE DES RESULTATS

A) FREQUENCE ET COMPOSITION DES REPAS

1. Fréquence du déjeuner

Le tableau 11 nour révèle que:

1° Environ 77% des étudiants sélectionnés ont l'habitude de prendre un déjeuner et que seulement 5% ne le font jamais ou rarement.

2° Environ 5% des étudiants ne déjeunent jamais ou rarement tandis que l'étude de 1976-77 montrait que 11% des étudiants ne déjeunaient jamais ou rarement. Il y a eu une amélioration sur ce point de 6%.

Cependant, il y a une diminution de 4% comparativement à l'étude 76-77 concernant ceux qui prenaient un déjeuner le matin.

TABLEAU 11

FREQUENCE DU DEJEUNER / SECTEURS

	TOUS LES MATINS	4 A 5 FOIS / SEMAINE	2 A 3 FOIS / SEMAINE	RAREMENT OU JAMAIS	TOTAL
RIMOUSKI	80%	13%	0	7%	20%
MONT-JOLI	77%	13%	5%	5%	17%
MATANE	80%	10%	3%	8%	17%
STE-ANNE-DES MONTS	73%	13%	10%	3%	13%
AMQUI	74%	16%	8%	3%	16%
MATAPEDIA	79%	8%	8%	5%	17%
TOTAL D.S.C.	77%	12%	5%	5%	100%

TABLEAU 111

FREQUENCE DU DEJEUNER ET SEXE

	TOUS LES MATINS	4 A 5 FOIS / SEMAINE	2 A 3 FOIS/ SEMAINE	RAREMENT OU JAMAIS
FEMININ	72%	17%	5%	7%
MASCULIN	84%	7%	6%	4%

3° Les étudiants fréquentant les écoles du secteur de Matane et de Rimouski ont d'après les résultats une plus forte tendance à déjeuner tous les matins.

4° Même si seulement 5% des étudiants déjeunent rarement ou jamais, le tableau s'assombrit un peu puisque 17% des étudiants rencontrés ont des habitudes alimentaires non-structurées. Ces déjeuneurs occasionnels constituent également un groupe à risque élevé au même titre que ceux qui ne déjeunent pas puisqu'une réduction prolongée de la ration ou une absence plus ou moins longue du déjeuner peut altérer grandement l'équilibre physiologique de l'individu surtout à ce stade de la croissance.

On verra un peu plus loin, d'après l'analyse du tableau IV, combien d'étudiants prennent un déjeuner complet parmi ceux qui disent déjeuner tous les matins.

2. <u>Fréquence du déjeuner</u>

Le tableau III indique que:

- Le sexe féminin omet de déjeuner plus fréquemment que le sexe masculin. Serait-ce dû au fait qu'il a plus tendance à surveiller son poids? Considère-t-il que le déjeuner va les faire engraisser?

3. Types de déjeuner/secteurs

Trois types de déjeuner ont été établis:

A) Déjeuner complet

Un déjeuner complet comprend un aliment de trois (3) ou quatre (4) groupes d'aliments du Guide Alimentaire Canadien. Les quatre (4) groupes sont:

1. Lait et produits laitiers
2. Fruits et légumes
3. Pain et céréales
4. Viandes et substituts

B) Déjeuner incomplet

Un déjeuner incomplet comprend des aliments consommés à l'intérieur de deux (2) groupes des quatre (4) différents groupes du G.A.C.*

C) Déjeunent peu ou pas

Les déjeuners composés d'un aliment faisant partie d'un des groupes du G.A.C. tel que rôties et café ou une orange font partie de ce type de déjeuner ainsi que ceux n'ayant pris aucun aliment.

* G.A.C.: Guide Alimentaire Canadien

Le tableau lV indique que:

1° 38% des étudiants du territoire prennent un déjeuner complet comparativement à 23% en 1976-77; une amélioration de 15%.

Le tabeau 11 montrait que 77% des étudiants disaient déjeuner tous les matins alors que le tabeau lV spécifie que seulement 38% de ceux-ci prennent un déjeuner complet.

2° Tous les secteurs du territoire du Département de santé communautaire ont augmenté d'une marge remarquable leur pourcentage à prendre un déjeuner complet à l'exception du secteur d'Amqui. En 1976-77, les étudiants du secteur d'Amqui consommaient un déjeuner complet à une moyenne de 28% alors qu'en 1980, on retrouve seulement 21% qui consomment un déjeuner complet.

3° Les déjeuners incomplets sont consommés à 44% comparativement à 23% en 1976-77. Il faut noter qu'environ 36% des étudiants qui déjeunaient peu ou pas en 1976-77 prennent un déjeuner complet ou incomplet en 1979-80. Ceci veut donc dire que les habitudes à prendre un déjeuner se sont améliorées.

D'après les résultats du tabeau V, 82% des étudiants sélectionnés se nourrissent bien et relativement bien au déjeuner comparativement à 46% en 1976 77.

On remarque que 14% des étudiants déjeunent peu, ceux-ci consomment qu'une rôtie et un café, une pomme, etc. De plus, environ 4% ne mangent rien le matin. Ceci donne un total de 18% qui déjeunent peu ou pas comparativement à 54% en 1976-77.

TABLEAU 1V

TYPES DE DEJEUNER / SECTEURS

TYPES DE DEJEUNER	DEJ. COMPLET		DEJ. INCOMPLET		DEJ. PEU/PAS	
SECTEURS	1976-77	1980	1976-77	1980	1976-77	1980
RIMOUSKI	22%	52%	16%	35%	61%	13%
MONT-JOLI	30%	40%	20%	41%	50%	18%
MATANE	16%	32%	26%	47%	57%	20%
STE-ANNE-DES-MONTS	3%	33%	34%	47%	62%	20%
MATAPEDIA	25%	42%	37%	42%	37%	16%
AMQUI	28%	21%	25%	55%	46%	24%
TOTAL D.S.C.	23%	38%	23%	44%	54%	18%

* Il faut noter qu'en 1976-77, le pourcentage est une moyenne à l'exception du total

TABLEAU V

DISTRIBUTION DES TYPES DE DEJEUNER

DEJEUNERS		DEJEUNENT PEU OU PAS	
Complets	38%	Déjeunent peu	14%
Incomplets	44%	Déjeunent pas	4%
TOTAL	82%	TOTAL	18%

Parmi ceux qui déjeunent peu ou pas, on remarque que le pourcentage le plus faible est pour le secteur de Rimouski (13%) et de Matapédia (16%) alors que le pourcentage le plus élevé est pour le secteur d'Amqui (24%).

En résumé, les résultats nous permettent de dire que les habitudes concernant le déjeuner se sont améliorées d'environ 36% chez les étudiants du territoire du D.S.C.

4. Lieu du diner/secteurs

Le tableau VI indique que:

1° Dans l'ensemble, les étudiants sélectionnés dinent plus fréquemment (97%) qu'il ne déjeunent (77%). Egalement, moins d'étudiants (3%) omettent de diner comparativement au déjeuner (4%).

2° Parmi les étudiants qui dinent à l'école, 33% dinent à la cafétéria, 5% apportent leur lunch et le complète à la cafétéria. Ainsi, 38% des étudiants sur l'ensemble du D.S.C. utilisent la cafétéria.

3° La cafétéria est utilisée chez plus de la moitié des étudiants dans le secteur de Matane, Mont-Joli et Matapédia dans des proportions de 57%, 56% et 52%.

Près de 40% utilisent les services alimentaires. L'école joue dans ce cas, un rôle vital dans la santé des étudiants et il est donc essentiel qu'elle remplisse son rôle adéquatement en offrant tout au moins à sa clientèle une alimentation équilibrée.

TABLEAU V1

LIEU DU DINER / SECTEURS

SECTEUR / LIEU DU DINER	RIMOUSKI	MONT-JOLI	MATANE	STE-ANNE-DES-MONTS	MATAPEDIA	AMQUI	TOTAL D.S.C.
MAISON	76%	38%	37%	90%	3%	21%	44%
CAFETERIA	20%	51%	52%	3%	42%	26%	33%
LUNCH	2%	3%	0	0	40%	38%	14%
LUNCH ET CAFETERIA	0	5%	5%	0	10%	8%	5%
RESTAURANT	2%	0	5%	0	0	3%	2%
NE DINE PAS	0	3%	0	7%	5%	3%	3%

4° On remarque que 19% des étudiants apportent leur lunch.

5. Types de diner/secteurs

Trois types de diners ont été établis:

a) Diner complet:

Un diner complet doit combler le tiers des besoins nutritifs quotidiens que requiert l'adolescent(e) et doit être constitué d'aliments appartenant à chacun des groupes du "Guide Alimentaire Canadien", soit: lait et produits laitiers, viande et substituts, pain et céréales, fruits et légumes.

b) Diner incomplet:

Ce diner comprend des aliments consommés à l'intérieur de deux (2) groupes des quatre (4) groupes du Guide Alimentaire.

c) Dinent peu ou pas:

Les diners composés d'un aliment faisant partie d'un des groupes du G.A.C. tel qu'une pomme ou un yogourt font partie de ce type de diner ainsi que ceux n'ayant pris aucun aliment.

TABLEAU V11

TYPES DE DINER / SECTEURS

TYPES DE DINER / SECTEURS	DINER COMPLET	DINER INCOMPLET	DINENT PEU OU PAS
RIMOUSKI	65%	24%	11%
MONT-JOLI	64%	23%	10%
MATANE	78%	15%	2%
STE-ANNE-DES-MONTS	73%	20%	7%
MATAPEDIA	68%	18%	13%
AMQUI	58%	26%	16%
TOTAL D.S.C.	68%	21%	10%

TABLEAU V111

POURCENTAGE D'ETUDIANTS QUI CONSOMMENT DES REPAS COMPLETS, INCOMPLETS

REPAS / TYPES DE REPAS	DEJEUNER (%)	DINER (%)
COMPLETS	38	68
INCOMPLETS	44	21

Suite au tableau VII, on note qu'un repas complet est consommé à 68% sur l'ensemble des étudiants. Par contre, les chiffres indiquent au tableau VI que 97% mentionnent un lieu de diner. Ceci implique que 31% ont des habitudes non structurées.

On remarque que le pourcentage le plus faible parmi ceux qui dinent peu ou pas est pour le secteur de Matane (2%) et Ste-Anne-des-Monts (7%), alors que le pourcentage le plus élevé est pour le secteur d'Amqui (16%) et Matapédia (13%).

Concernant la consommation d'un diner équilibré, le secteur d'Amqui a le plus faible pourcentage (58%). C'est donc dire que 42% ont des habitudes peu satisfaisantes. Les étudiants du secteur de Matane ont le plus haut taux (78%) à consommer un diner équilibré.

En regardant le tableau VIII, on constate que près de 70% consomment un diner complet, tandis que près de 40% prennent un déjeuner complet.

N.B.: La cueillette de données portait sur les catégories d'aliments mais ne considérait pas les quantités.

6. Types de collations a.m. et p.m. / secteurs

Trois types de collations ont été établis:

a) Bons aliments:

Aliments consommés faisant partie des groupes du Guide Alimentaire Canadien.

b) Mélange:

Aliments consommés dont un faisant partie des aliments nutritifs et l'autre, d'aliments camelotes tel qu'un verre de lait et des biscuits au chocolat ou un verre de jus et un gâteau.

c) Aliments camelotes:

Aliments faisant partie d'aucune valeur nutritive tel que chocolat, gâteau, liqueur, etc...

On remarque dans le tableau IX qu'il y a plus d'étudiants qui collationnent l'après-midi (67%) que durant l'avant-midi (28%).

Parmi les étudiants qui collationnent, 20% l'avant-midi et 47% l'après-midi prennent de bons aliments.

TABLEAU IX

TYPES DE COLLATIONS AVANT-MIDI ET APRES-MIDI/SECTEURS

TYPES COLLATIONS	BONS ALIMENTS		MELANGE		ALIMENTS CAMELOTES		RIEN MANGER	
SECTEURS	A.M.	P.M.	A.M.	P.M.	A.M.	P.M.	A.M.	P.M.
RIMOUSKI	37%	70%	4%	9%	0	9%	59%	13%
MONT-JOLI	18%	36%	3%	5%	0	0	74%	54%
MATANE	28%	40%	5%	23%	8%	5%	58%	28%
STE-ANNE-DES-MONTS	10%	40%	0	17%	10%	10%	80%	33%
MATAPEDIA	16%	37%	8%	13%	3%	3%	74%	47%
AMQUI	8%	55%	0	13%	5%	8%	87%	24%
TOTAL D.S.C.	20%	47%	3%	13%	4%	6%	72%	33%

D'après les résultats, on remarque de meilleures habitudes alimentaires concernant les collations comparativement à l'étude de 1976/77 dont 56% des étudiants consommaient des aliments camelotes versus 11% en 1979/80. 27% des étudiants consommaient des collations nutritives en 1976/77 comparativement à 72% en 1979/80.

7. Types de collations en rapport avec le déjeuner et le diner

Collations/déjeuner: tableau X

Parmi les étudiants qui prennent un déjeuner complet, 31% prennent une collation l'avant-midi don 24% sont des collations nutritives. Ceux-ci prennent de meilleures collations que ceux qui ont pris un déjeuner incomplet ou déjeunent peu ou pas.

Parmi les étudiants qui déjeunent peu ou pas, on note que 71% ne prennent pas de collation en avant-midi tandis que 19% prennent des collations nutritives.

Les résultats indiquent que seulement 28% des étudiants collationnent durant l'avant-midi dont 20% consomment des collations nutritives. Cependant, parmi les étudiants qui prennent un déjeuner incomplet et qui déjeunent peu ou pas, 74% ne mangent

rien avant le repas du midi. Donc, ces étudiants nécessiteraient une bonne collation durant l'avant-midi.

Collations/diner: tableau X1

On remarque que les étudiants qui dinent peu ou pas collationnent moins que ceux qui ont pris un diner complet ou incomplet. Cer derniers collationnent moins que ceux qui ont pris un diner complet. Egalement, les collations sont moins nutritives chez les étudiants qui dinent peu ou pas que ceux qui ont pris un diner complet.

D'après les deux tableaux, plus d'étudiants collationnent l'après-midi (66%) que durant l'avant-midi (28%).

TABLEAU X

TYPES DE COLLATIONS A.M. EN RAPPORT AVEC LE DEJEUNER

TYPES COLLATIONS A.M. / TYPES DEJEUNER	BONS ALIMENTS	MELANGE	ALIMENTS CAMELOTES	RIEN MANGER
COMPLET	24%	5%	2%	67%
INCOMPLET	18%	2%	5%	75%
DEJEUNENT PEU OU PAS	19%	5%	5%	71%
TOTAL D.S.C.	20%	4%	4%	72%

TABLEAU XI

TYPES DE COLLATIONS P.M. EN RAPPORT AVEC LE DINER

TYPES COLLATIONS P.M. / TYPES DE DINER	BONS ALIMENTS	MELANGE	ALIMENTS CAMELOTES	RIEN MANGER
COMPLET	51%	14%	4%	30%
INCOMPLET	43%	14%	10%	33%
DINENT PEU OU PAS	35%	4%	9%	52%
TOTAL D.S.C.	47%	13%	6%	33%

B) LES GROUPES D'ALIMENTS

Le Guide Alimentaire Canadien détermine quatre (4) groupes d'aliments qu'il est nécessaire de consommer quotidiennement. Ces quatre (4) groupes d'aliments sont:

1° Lait et produits laitiers
2° Fruits et légumes
3° Pain et céréales
4° Viandes et substituts

Non seulement est-il nécessaire de manger des aliments de chaque groupe mais encore faut-il en manger en quantité suffisante.

1. LAIT

Le tableau XII indique que:

- Environ 27% des étudiants du territoire du D.S.C. se conforment aux normes alimentaires concernant la quantité de lait recommandée quotidiennement.

- Environ 43% des étudiants consomment entre deux (2) tasses à trois (3) tasses de lait par jour. Cette quantité de lait ne répond pas toutefois aux besoins de l'adolescent.

- Environ 28% des étudiants ne consomment qu'une (1) tasse et moins de lait par jour.

- Les filles ont tendance à consommer moins de lait que les garçons.

- Les étudiants du secteur d'Amqui demeurent encore avec la plus faible consommation de lait comparativement aux autres secteurs

du territoire. Environ 39% ne prennent qu'une (1) tasse et moins de lait par jour.

- Les étudiants du secteur de Matane ont une plus grande consommation de lait comparativement aux autres secteurs du territoire.

- On note que les secteurs de Rimouski et Ste-Anne-des-Monts ont augmenté considérablement leur consommation recommandée (4 tasses ou plus par jour).

D'après l'analyse du tableau, on remarque que comparativement à l'étude 1976-77, la consommation de lait n'a presque pas augmenté. On peut déduire que plus du quart des étudiants ont un apport insuffisant en calcium et en vitamine D.

Il faut tenir compte que les résultats n'indiquent pas la consommation des substituts du lait tel que le fromage, yogourt, crème glacée, etc.

TABLEAU XII

LAIT - QUANTITE CONSOMMEE / SECTEURS

SECTEURS / QUANTITE DE LAIT	RIMOUSKI	MONT-JOLI	MATANE	STE-ANNE-DES-MONTS	MATAPEDIA	AMQUI	D.S.C.		
							GARCONS	FILLES	TOTAL
4 TASSES OU PLUS PAR JOUR	44%	28%	33%	37%	8%	13%	32%	23%	27%
2 A 3 TASSES PAR JOUR	33%	46%	43%	37%	53%	47%	44%	42%	43%
1 TASSE ET MOINS PAR JOUR	24%	26%	18%	27%	37%	39%	25%	31%	28%

2. FRUITS ET LEGUMES

a) Fruits:

Le tableau XIII nous indique:

- Environ 61% des étudiants du territoire ont l'habitude de manger deux (2) fruits ou jus de fruits par jour tel que recommandé par le Guide comparativement à 36% en 1976/77.

- Environ 96% des étudiants consomment des fruits dont 4% ne consomment aucun fruit comparativement à 30% en 1976-77.

- Les filles consomment plus de fruits que les garçons.

- Les étudiants du secteur de Rimouski ont la plus grande consommation de fruits tandis que les étudiants du secteur d'Amqui et Mont-Joli ont la plus faible consommation.

- D'après les résultats, tous les secteurs ont augmenté en flèche leur consommation de fruits comparativement à l'étude de 1976-77.

TABLEAU X111

FRUITS - QUANTITE CONSOMMEE / SECTEURS

SECTEURS / QUANTITE DE FRUITS	RIMOUSKI	MONT-JOLI	MATANE	STE-ANNE-DES-MONTS	MATAPEDIA	AMQUI	D.S.C.			
							GARCONS	FILLES	TOTAL	
									1976/77	1979/80
2 FRUITS OU PLUS PAR JOUR	59%	54%	63%	72%	68%	55%	59%	64%	36%	61%
1 FRUIT PAR JOUR	39%	41%	33%	24%	29%	39%	37%	32%	34%	35%
AUCUN FRUIT	2%	5%	3%	3%	3%	5%	4%	3%	30%	4%

b) LEGUMES

Le tableau XlV nous indique que:

- Environ 29% des étudiants ont l'habitude de consommer deux (2) portions de légume par jour tel que recommandé comparativement à 24% en 1976-77.

- Environ 90% des étudiants consomment des légumes dont 10% n'en consomment aucun comparativement à 30% en 1976-77.

- Les filles ont de meilleures habitudes que les garçons pour la consommation de légumes.

- Les étudiants du secteur de Ste-Anne-des-Monts ont la plus grande consommation de légumes tandis que le secteur de Matane a la plus faible consommation.

D'après l'analyse de ces deux (2) tableaux, on remarque que:

1) Les légumes sont consommés en moins grande quantité que les fruits. Cependant, il y a eu aussi une augmentation dans la consommation de légumes mais moins élevée que pour les fruits.

2) Les étudiants du secteur d'Amqui ont la plus faible consommation de fruits et il en est ainsi pour la consommation du lait au tableau Xll.

TABLEAU XIV

LEGUMES - QUANTITE CONSOMMEE / SECTEURS

SECTEURS / QUANTITE DES LEGUMES	RIMOUSKI	MONT-JOLI	MATANE	STE-ANNE-DES-MONTS	MATAPEDIA	AMQUI	D.S.C.		
							GARCONS	FILLES	TOTAL
2 PORTIONS OU PLUS PAR JOUR	24%	39%	30%	34%	24%	29%	32%	28%	29%
1 PORTION PAR JOUR	72%	49%	50%	65%	63%	66%	57%	65%	61%
AUCUN LEGUME	4%	13%	20%	0	13%	5%	11%	7%	10%

3. LE FOIE

Le tableau XV nous indique que:

- Tous les secteurs ont augmenté leur consommation de foie comparativement à l'étude de 1976-77 à l'exception du secteur de Matane et de Ste-Anne-des-Monts.

- Seulement 19% des étudiants se conforment à la règle alimentaire qui consiste à consommer du foie une fois par semaine.

- On note que le pourcentage d'étudiants qui consomment du foie rarement ou jamais est resté le même (64%) que dans l'étude de 1976-77.

- On note une consommation moindre chez les filles. Toutefois, la consommation de foie n' est pas assez élevée comme on peut le constater.

TABLEAU XV

FOIE - QUANTITE CONSOMMEE / SECTEURS

SECTEURS / FREQUENCE DU FOIE	RIMOUSKI	MONT-JOLI	MATANE	STE-ANNE-DES-MONTS	MATAPEDIA	AMQUI	D.S.C.			
							GARCONS	FILLES	TOTAL	
									1976-77	1979-80
1 FOIS PAR SEMAINE	24%	23%	15%	20%	11%	21%	21%	17%	18%	19%
1 FOIS PAR 2 SEMAINES	20%	18%	20%	17%	11%	18%	18%	17%	18%	17%
RAREMENT OU JAMAIS	57%	59%	65%	63%	79%	60%	61%	66%	64%	64%

C- SATISFACTION ET NON-SATISFACTION DES SERVICES DE LA CAFETERIA

1. Utilisent et n'utilisent pas la cafétéria/secteurs

Avant d'alanyser le tableau XVl et XVll, les résultats du tableau Vl indiquaient que:

Les étudiants	du	secteur	Rimouski	utilisaient la cafétéria à	20%
"	"		Mont-Joli	" "	56%
"	"		Matane	" "	57%
"	"		Ste-Anne-des-Monts	"	3% *
"	"		Matapédia	" "	52%
"	"		Amqui	" "	34%

Le tableau XVl indique que:

1° Parmi les six (6) secteurs du territoire, Matane se dit le plus satisfait quant au service de la cafétéria, tandis que Rimouski se dit le moins satisfait.

2° Le prix a moins d'influence quant à la non-satisfaction.

3° Les portions (13%) et surtout la "QUALITE" des repas (68%) ont une grande influence quant à la non-satisfaction chez les étudiants de tous les secteurs.

4° Quant au prix, le secteur d'Amqui semble le moins satis-satisfait.

Quant aux portions, le secteur d'Amqui et Matane sont les moins satisfait.

* La proportion d'étudiants utilisant les services de la cafétéria pour le secteur de Ste-Anne-des-Monts est exclue de l'analyse puisqu'elle représente un seul individu.

TABLEAU XV1

ETUDIANTS UTILISANT ET N'UTILISANT PAS LES SERVICES DE LA CAFETERIA CAR NON SATISFAITS DU PRIX, DES PORTIONS OU DE LA QUALITE / SECTEURS

REPAS / SECTEURS	NON SATISFAITS/ PRIX	NON SATISFAITS/ PORTIONS	NON SATISFAITS/ QUALITE	SATISFAITS
RIMOUSKI	4%	9%	82%	4%
MONT-JOLI	0	4%	75%	21%
MATANE	0	20%	48%	31%
STE-ANNE-DES-MONTS	10%	0	90%	0
MATAPEDIA	7%	19%	65%	9%
AMQUI	13%	25%	46%	16%
TOTAL D.S.C.	6%	13%	68%	13%

TABLEAU XV11

ETUDIANTS N'UTILISANT PAS LES SERVICES DE LA CAFETERIA CAR NON SATISFAITS DU PRIX, DES PORTIONS OU DE LA QUALITE / SECTEURS

NON SATISFAITS / SECTEURS	NON-SATISFAITS PRIX	NON-SATISFAITS PORTIONS	NON-SATISFAITS QUALITE	NON-SATISFAITS/PRIX PORT. QUAL.
RIMOUSKI	0	4%	53%	58%
MONT-JOLI	0	0	25%	25%
MATANE	0	0	21%	21%
STE-ANNE-DES-MONTS	0	0	90%	90%
MATAPEDIA	4%	9%	28%	41%
AMQUI	13%	13%	33%	59%
TOTAL	3%	4%	41%	49%

Quant à la qualité, les secteurs de Rimouski et Mont-Joli sont les moins satisfaits.

Quant à la satisfaction, le secteur de Matane semble le plus satisfait.

5° 87% des étudiants sont non-satisfaits des services de la cafétéria quant au prix, portions et qualité des repas.

6° Deux tieurs (2/3) des étudiants sont non-satisfaits de la QUALITE des repas servis.

Définition de la qualité par les étudiants

La qualité des repas a été défini comme suit:

- pas satisfait du choix des aliments
- ce n'est pas très bon
- ce n'est pas mangeable
- ce n'est pas bouffable
- les aliments sont froids

2. N'utilisent pas la cafétéria / secteurs

Le tableau XVII nous fait part des pourcentages d'étudiants qui n'utilisent pas la cafétéria dû à la non-satisfaction, soit du prix, des portions ou de la qualité.

On remarque que:

1° 41% des étudiants sont non-satisfaits de la qualité des repas;

2° les étudiants du secteur d'Amqui sont les moins satisfaits quant au prix et aux portions;

3° le secteur de Ste-Anne-des-Monts est le secteur qui est le plus non-satisfait quant au prix, portions et qualité suivi en second du secteur d'Amqui.

D'après ce tableau, on peut supposer comme hypothèse que: l'amélioration des services de la cafétéria apporterait une augmentation des utilisateurs dans une proportion pouvant aller jusqu'à 49%.

PARTICULARITES DES HABITUDES ALIMENTAIRES SELON LES SECTEURS

- Les étudiants du secteur de Ste-Anne-des-Monts et d'Amqui ont une plus forte tendance à omettre le déjeuner tous les matins que les étudiants des autres secteurs. C'est également à ces deux endroits que l'on retrouve les plus forts pourcentage d'étudiants déjeunant peu ou pas et qui collationnent le moins durant l'avant-midi. Les secteurs de Rimouski et de Matapédia ont de meilleures habitudes concernant le déjeuner.

- Les étudiants du secteur d'Amqui ont le plus fort pourcentage d'étudiants ne dinant pas.

- Les étudiants du secteur de Ste-Anne-des-Monts ont le plus haut taux de consommation d'aliments camelotes et le plus bas taux de consommation de bons aliments. Ce sont les secteurs de Rimouski et de Matane qui consomment les meilleurs collations.

- Les étudiants du secteur d'Amqui ont la plus faible consommation de lait. Par ailleurs, les étudiants du secteur de Matane ont la plus grande consommation de lait.

- Les étudiants du secteur d'Amqui et de Mont-Joli ont la plus faible consommation de fruits et les étudiants de Rimouski ont la plus grande consommation de fruits.

- Les étudiants du secteur de Matane ont la plus faible consommation de légumes.

- Les plus grands consommateurs de foie sont les étudiants de Rimouski et les plus faibles sont les étudiants de Matapédia.

En somme, le secteur d'Amqui est celui le plus critique au niveau des habitudes alimentaires suivi du secteur de Ste-Anne-des-Monts.

Cependant, celui de Rimouski présente le meilleur profil d'habitudes alimentaires suivi du secteur de Matane.

SYNTHESE DE L'ANALYSE DES RESULTATS

Les résultats les plus significatifs sont ceux portant sur le déjeuner, les collations, les fruits ainsi que sur la qualité des services de la cafétéria.

1° On constate que les habitudes à prendre un déjeuner se sont améliorées de beaucoup depuis 1976/77. Environ 18% des étudiants déjeunent peu ou pas comparativement à 54% en 1976-77.

2° 38% des étudiants du territoire prennent un déjeuner complet comparativement à 23% en 1976-77: une amélioration de 15%.

3° Parmi les étudiants qui déjeunent peu ou pas, on note que 71% ne prennent pas de collation en avant-midi tandis que 19% prennent des collations nutritives.

4° La composition des collations est constituée de 72% d'aliments nutritifs et 11% d'aliments camelotes. Par contre, on se rend compte que 73% des étudiants qui prennent un déjeuner incomplet et qui déjeunent peu ou pas nécessiteraient une collation durant l'avant-midi car ceux-ci ne mangent pas avant le repas du midi.

5° On constate que près de 70% consomment un <u>diner</u> complet tandis que 40% prennent un <u>déjeuner</u> complet.

6° On remarque que 19% des étudiants apportent leur lunch.

7° Suite à l'analyse du groupe du lait, des fruits et des légumes, on constate que les fruits sont les plus consommés comparativement au lait et aux légumes. Les groupes du lait et des légumes sont les

plus négligés, occasionnant certaines déficiences en nutriments chez les adolescents.

8° Concernant les services de la cafétéria, on remarque que deux-tiers des étudiants sont non-satisfaits de la "QUALITE" des repas servis. Un total de 87% des étudiants sont non-satisfaits des services de la cafétéria quant au prix, portions et qualité.

9° Si les services de la cafétéria seraient améliorés quant au prix, portions et qualité, le pourcentage d'étudiants qui utiliseraient la cafétéria serait plus élevé. On suppose une proportion pouvant aller jusqu'à 49%.

RECOMMANDATIONS

Suite à l'analyse et l'interprétation des résultats de l'enquête alimentaire au niveau secondaire, voici les recommandations suggérées:

A) Recommandations où le DSC et les CLSC peuvent intervenir:

1° Que certains aliments soient disponible lors de l'arrivée des étudiants à l'école et lors de la collation de l'avant-midi pour suppléer à l'absence ou à l'insuffisance du déjeuner (cantine santé, service à la cafétéria);

2° une amélioration dans la qualité et le choix des aliments offerts dans les machines distributrices et casse-croûte. d'offrir des aliments de valeur nutritive;

3° l'élimination des aliments à "calories vides" tels que les croustilles, le chocolat, les pâtisseries, les boissons gazeuses, etc.

4° il est possible de consommer un repas complet même sous forme de lunch. Il est important d'informer les étudiants, ainsi que les parents, sur la façon de remplacer un repas traditionnel par un lunch équilibré au point de vue nutritif;

5° distribuer des menus aux parents afin de faciliter la préparation des boites à lunch et de prévoir un montant à l'étudiant pour le repas;

6° avec l'accès des cantines mobiles à la proximité de l'école, l'étudiant est souvent tenté de le limiter à des mets populaires mais de faibles valeurs nutritives. Une cantine-santé intégré dans l'école serait peut-être une solution à ce problème;

7° quant aux étudiants qui fréquentent les restaurants, il serait nécessaire de les sensibiliser afin de choisir un repas équilibré. Dans bien des cas, un service alimentaire amélioré au point de vue choix et qualité inciterait les étudiants à manger à la cafétéria scolaire.

B) Recommandations nécessitant une intervention par le ministère de l'Education du Québec:

1° Que le MEQ puisse favoriser l'implantation d'un programme d'éducation-nutrition au niveau secondaire (étudiants, enseignants, parents, personnel de la cafétéria);

2° que le MEC dispense des services favorisant:

a- des menus équilibrés et variés tenant compte des besoins alimentaires des adolescents (individus en croissance) élaborés et vérifiés par une diététiste;

b- l'amélioration des services alimentaires (prix, portions, qualité) offerts aux étudiants;

c- que la QUALITE des repas soit respectée et contrôlée.

Le pourcentage d'étudiants qui dinent à la cafétéria parmi les étudiants qui dinent pourrait être plus élevé. En effet, les cafétérias scolaires ont été prévues comme un des services offerts aux étudiants des commissions scolaires régionales. Elles ont pour but d'offrir un repas équilibré aux étudiants qui désirent se prévaloir de ce service. Parmi ceux-ci, mentionnons ceux qui ne peuvent retourner à la maison faute de temps ou qui sont trop éloignés de leur demeure. Il y a aussi le nombre de ceux qui préfèrent diner à l'école pour y prendre un repas équilibré dans une atmosphère agréable tout en s'évitant les fatigues qu'occasionnerait un déplacement ou encore parce qu'ils veulent participer aux activités lors des heures du diner.

Dans le contexte scolaire, la cafétéria devient un moyen de compléter le travail d'éducation en nutrition d'une façon pratique.